

# Vomissements et diarrhée (Vomiting and Diarrhea)



- Les vomissements et la diarrhée (selles liquides fréquentes) sont des symptômes courants chez les enfants et sont habituellement causés par une infection virale.
- Les enfants peuvent vomir et avoir la diarrhée en même temps ou seulement vomir ou avoir la diarrhée.
- Le virus responsable de ces symptômes se propage très facilement.
- La plupart des enfants se rétablissent d'eux-mêmes et ne nécessitent aucun traitement spécial. La chose la plus importante est de garder votre enfant hydraté.

## Principaux points (Key Points)

- Les vomissements et la diarrhée sont des symptômes très courants chez les enfants et ils peuvent se manifester à n'importe quel moment de l'année.
- La principale cause est une infection virale.
- La meilleure façon de prendre soin de votre enfant est de le garder confortable – en contrôlant la fièvre et en l'encourageant à boire et à manger.
- Ces symptômes sont rarement traités avec des antibiotiques.



**Consultez immédiatement un médecin si :**  
(Seek Immediate Medical Attention if :)

- Votre enfant semble gravement déshydraté.
- Il y a du sang dans la diarrhée de votre enfant
- Votre enfant continue de vomir ou souffre toujours d'une diarrhée qui ne s'améliore pas après 10 jours
- Votre enfant a des douleurs ou de l'inconfort au niveau abdominal qui empire(nt) (estomac douloureux et gonflé)

[www.ahs.ca/heal](http://www.ahs.ca/heal)

## Symptômes (Symptoms)

### D'ordre général : (General :)

- Crampes autour du nombril
- Fièvre
- Manque d'énergie et augmentation du sommeil
- Perte d'appétit

### Vomissements : (Vomiting :)

- Vomissements fréquents, en particulier après avoir bu ou mangé
- Avoir des nausées ou des haut-le-cœur
- Douleurs d'estomac légères, en particulier juste avant ou après avoir vomi

### Diarrhée : (Diarrhea :)

- Selles liquides importantes et fréquentes
- Crampes d'estomac légères, en particulier juste avant les selles et qui s'estompent habituellement après les selles

### Déshydratation : (Dehydration :)

- Légère :
  - Niveau d'activité et comportement normaux
  - Bouche humide (à l'intérieur des joues, salive)
  - Larmes quand l'enfant pleure
  - Quantité d'urine moins importante, mais au moins à la fréquence suivante :
    - 3 à 5 mois – couche mouillée toutes les 3 heures
    - 6 à 23 mois – couche mouillée toutes les 6 heures
    - 24 mois et plus – couche mouillée toutes les 8 heures
- Modérée :
  - Niveau d'activité réduit – jouer moins et vouloir dormir davantage
  - Bouche humide (à l'intérieur des joues, salive)
  - Moins de larmes quand l'enfant pleure
  - Miction moins fréquente :
    - 3 à 5 mois – couche sèche pendant plus de 4 heures

- 6 à 23 mois – couche sèche pendant plus de 8 heures
- 24 mois et plus – aucune miction pendant plus de 10 heures
- Grave :
  - Peau pâle et froide
  - Très somnolent, difficile à réveiller et ne répond pas normalement
  - Bouche, lèvres et langue sèches
  - Aucune larme quand l'enfant pleure
  - Miction moins fréquente :
    - 3 à 5 mois – couche sèche pendant plus de 6 heures
    - 6 à 23 mois – couche sèche pendant plus de 10 heures
    - 24 mois et plus – aucune miction pendant plus de 12 heures

## Traitement (Treatment)

La meilleure façon de prévenir la propagation des vomissements et de la diarrhée est de vous laver régulièrement les mains. Il est surtout important de vous laver les mains après des activités telles que changer la couche ou aller aux toilettes, et avant de manipuler ou de préparer des aliments.

## Hydratation (Hydration)

- Assurez-vous que votre enfant boit toujours suffisamment de liquides. Si votre enfant est âgé entre 3 et 12 mois, continuez de l'allaiter ou de le nourrir avec des préparations pour nourrissons. Si votre enfant est âgé de plus de 12 mois, il peut consommer de l'eau, du lait ou du jus de fruits dilué (1 part de jus pour 2 parts d'eau). Si votre bébé (âgé de moins de 12 mois) boit dans un gobelet, vous pouvez offrir 60 à 90 ml (2 à 3 oz) d'eau avec les repas.
- Cependant, assurez-vous que l'eau ne remplace pas la quantité de lait que votre enfant boit. Si votre enfant est âgé de plus de 12 mois, vous pouvez également offrir la même quantité de liquide avec les repas.
- Même si votre enfant vomit, continuez de lui offrir des liquides 3 à 4 minutes après qu'il ait vomi. S'il continue de vomir, donnez-lui de plus petites quantités de liquides plus souvent qu'avant.

## Aliments (Foods)

- Continuez de nourrir votre enfant selon son régime alimentaire normal, en plus petite quantité. S'il est âgé de moins de 6 mois, votre enfant devrait consommer seulement du lait maternel ou des préparations pour nourrissons.
- Si votre enfant est âgé entre 6 et 12 mois, les aliments normaux incluent le lait maternel et les préparations pour nourrissons, de même que des céréales pour bébés, des rôties, des céréales, du riz, des pâtes, des pommes de terres, des craquelins, de la viande maigre, du jaune d'œuf, du yogourt, des fruits et des légumes. Un mélange de lait maternel/préparation pour nourrissons avec les aliments ci-dessus aide souvent l'enfant à se remettre plus rapidement.
- Si votre enfant est âgé de plus de 12 mois, les aliments normaux à lui donner incluent de la soupe, du pain, des rôties, des céréales, du riz, des pâtes, des craquelins, des pommes de terres, de la viande maigre, du lait, des œufs, du fromage, du yogourt, des fruits et des légumes.
- Ne donnez pas à votre enfant des aliments riches en sucre ou des aliments gras/gras/graisses comme des bonbons, du jello, des frites ou de la sauce.

## Médicaments (Medicine)

- Continuez de donner à votre enfant tous les médicaments qu'il prend normalement. Consultez votre médecin si votre enfant vomit ses médicaments sous ordonnance.
- Si votre enfant fait de la fièvre, vous pouvez lui donner de l'acétaminophène (p. ex. Tylenol® ou Tempra®) ou de l'ibuprofène (p. ex. Advil® ou Motrin®)
- Vous pouvez offrir à votre enfant des solutions de réhydratation orale comme du Pedialyte ou de l'Enfalyte®, en particulier s'il a les lèvres, la langue ou la bouche sèches.
- Les boissons probiotiques n'ont pas démontré raccourcir la durée de la diarrhée.
- Les vomissements et la diarrhée sont habituellement causés par des virus, par conséquent aucun antibiotique n'est nécessaire. Ils n'aideront pas votre enfant à se rétablir et pourraient en fait nuire à votre enfant.
- Ne donnez pas de médicaments en vente libre comme du Graval® ou de l'Imodium®. Ces médicaments n'aideront pas et pourraient en fait nuire à votre enfant.

### Bien connaître vos options (Know Your Options)

Cela peut être inquiétant quand votre enfant est malade. Mais dans la plupart des cas, vous n'avez pas à vous rendre au service des urgences. En cas de doute, [nous sommes là pour vous aider.](#)



### Veillez noter (Please Note)

Le contenu fourni dans ces pages ne vise pas à remplacer les conseils médicaux. Si vous avez des préoccupations au sujet de votre enfant, contactez directement votre fournisseur de soins de santé. En cas d'urgence concernant votre enfant, rendez-vous au service des urgences le plus près ou composez le 911. Alberta Health Services et Project HEAL veillent à l'exactitude de toutes les informations, mais ne seront pas tenus responsables de toute erreur ou de toute information incomplète contenue dans ces pages.